

## NALA

Jurnal Pendidikan, Penelitian dan Pengabdian Masyarakat  
Volume 2, Nomor 2, 2022, hal. 23- 28

### **PEMBERDAYAAN GENERASI MUDA MELALUI PELATIHAN PUBLIC SPEAKING DAN MANAJEMEN DIRI UNTUK MENINGKATKAN SOFT SKILLS**

Didit Darmawan, Febrian Dirgantara, Mujito, Arif Rachman Putra, Suwito, Sunoto,  
Rio Saputra, Rommy Hardyansah, Rafadi Khan Khayru  
(Universitas Sunan Giri Surabaya)  
Korespondensi: dr.diditdarmawan@gmail.com

#### **ABSTRAK**

Pemberdayaan generasi muda melalui pelatihan *public speaking* dan manajemen diri di Desa Jumptrejo Sukodono Sidoarjo bertujuan untuk meningkatkan *soft skills* peserta. Pelatihan ini menggunakan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR) untuk melibatkan generasi muda dalam proses pembelajaran. Hasil penelitian menunjukkan adanya kebutuhan yang signifikan akan keterampilan komunikasi dan manajemen diri. Pelatihan mencakup teknik dasar *public speaking* dan manajemen diri yang efektif, serta memberikan kesempatan kepada peserta untuk praktik berbicara di depan umum dan mengelola emosi. Evaluasi pasca-pelatihan menunjukkan peningkatan yang menggembirakan pada kepercayaan diri dan kemampuan organisasi peserta. Meskipun ada kebutuhan untuk latihan secara kontinu, program ini telah sukses memberdayakan generasi muda di desa, membekali mereka dengan *soft skills* penting yang dapat membuka peluang dalam kehidupan sosial dan profesional.

Kata-kata kunci: generasi muda, pemberdayaan, public speaking, manajemen diri, *soft skills*.

## PENDAHULUAN

Pemberdayaan generasi muda merupakan kunci utama untuk menciptakan perubahan yang berkelanjutan dalam suatu negara atau komunitas. Generasi muda adalah agen perubahan yang memiliki potensi besar untuk membawa inovasi, memperkenalkan perspektif baru, dan menghadapi tantangan masa depan (Apyranto, 2022). Pemberdayaan generasi muda terbatas pada peningkatan akses terhadap pendidikan, dan pada pengembangan keterampilan yang relevan dengan kebutuhan dunia kerja dan kehidupan sosial (Akmal *et al.*, 2015). Di tengah perkembangan zaman yang semakin dinamis, generasi muda dituntut untuk memiliki kemampuan yang lebih daripada sekadar pengetahuan akademik. Salah satu aspek penting dari pemberdayaan ini adalah penguatan *soft skills*, seperti kemampuan komunikasi, kepemimpinan, dan manajemen diri, yang memungkinkan mereka untuk beradaptasi dengan cepat dalam berbagai situasi. Pemberdayaan ini juga mendorong generasi muda untuk lebih mandiri, kreatif, dan memiliki rasa tanggung jawab yang lebih besar terhadap masyarakat dan lingkungan sekitarnya (Mardikaningsih, 2022). Dengan demikian, pemberdayaan generasi muda memberikan manfaat bagi individu, dan bagi kemajuan sosial, ekonomi, dan politik suatu bangsa.

Pelatihan *public speaking* dan manajemen diri sangat penting bagi pengembangan generasi muda, karena kedua keterampilan ini merupakan aspek krusial untuk mempersiapkan mereka menghadapi tantangan dunia kerja dan kehidupan sosial. *Public speaking*, atau keterampilan berbicara di depan umum, merupakan salah satu keterampilan yang sangat penting dalam kehidupan pribadi dan profesional (Chumaeson, 2020). *Public speaking* membantu generasi muda untuk mengembangkan kemampuan berkomunikasi dengan percaya diri, menyampaikan ide dan pendapat secara jelas, serta mempengaruhi orang lain secara positif. Kemampuan berbicara di depan umum meningkatkan keterampilan komunikasi verbal, dan memperkuat kepercayaan diri, yang penting untuk pengambilan keputusan dan kepemimpinan. Kemampuan ini juga mengembangkan keterampilan berpikir kritis dan analitis, karena seorang pembicara harus mampu merencanakan materi, mempersiapkan argumen, dan menyesuaikan gaya berbicara dengan audiens yang berbeda.

Sementara itu, manajemen diri adalah keterampilan yang tidak kalah penting, karena berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengelola waktu, emosi, dan energi secara efektif. Manajemen diri membantu generasi muda untuk tetap fokus pada tujuan, mengatasi stres, dan membuat keputusan yang bijaksana dalam berbagai situasi (Miswari, 2017). Kemampuan manajemen diri sangat berpengaruh pada kesuksesan pribadi dan profesional, karena memungkinkan individu untuk lebih disiplin, termotivasi, dan mampu mengelola tantangan hidup dengan baik. Keterampilan ini juga mengajarkan generasi muda untuk meningkatkan rasa tanggung jawab dan kedewasaan, serta untuk memiliki kontrol diri yang kuat dalam berbagai aspek kehidupan (Lorig & Holman, 2003). Generasi muda sering mengalami berbagai tekanan emosional, baik dari lingkungan sosial, akademik, maupun keluarga. Kemampuan untuk mengelola emosi dan tidak terbawa suasana menjadi sangat

penting agar mereka dapat bertindak rasional, berpikir jernih, dan membuat keputusan yang tepat (Hamdani *et al.*, 2022). Generasi muda yang mampu mengelola diri dengan baik cenderung lebih percaya diri untuk menghadapi berbagai situasi. Melalui manajemen diri, mereka belajar untuk menghargai diri sendiri, menjaga keseimbangan hidup, dan menghindari stres yang berlebihan. Dengan keterampilan manajemen diri yang baik, generasi muda mampu mengatasi tantangan sehari-hari, dan dapat mengembangkan potensi terbaik mereka untuk meraih kesuksesan jangka panjang.

Mengingat pentingnya kedua keterampilan tersebut, pelatihan *public speaking* dan manajemen diri di Desa Jumputrejo dirancang untuk meningkatkan kualitas generasi muda melalui pengembangan *soft skills* yang aplikatif dan relevan dengan kebutuhan zaman. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan komunikasi dan keterampilan personal generasi muda di desa tersebut. Melalui pelatihan *public speaking*, diharapkan peserta dapat mengembangkan kemampuan berbicara di depan umum dengan percaya diri dan efektif, yang akan sangat berguna dalam kehidupan profesional maupun sosial. Selain itu, pelatihan manajemen diri bertujuan untuk membantu peserta untuk mengelola waktu, emosi, dan tujuan hidup secara lebih terstruktur sehingga mereka dapat menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik. Secara keseluruhan, kegiatan ini bertujuan untuk memberdayakan generasi muda agar memiliki *soft skills* yang kuat, yang akan memperluas peluang mereka dalam berbagai aspek kehidupan, baik pendidikan, karier, maupun interaksi sosial.

## **METODE**

Metode pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR) yang melibatkan aktif partisipasi masyarakat dalam setiap tahap kegiatan. Langkah pertama adalah identifikasi masalah dan kebutuhan melalui diskusi kelompok dengan generasi muda di Desa Jumputrejo Sukodono Sidoarjo, untuk memahami tantangan dan harapan mereka terkait peningkatan *soft skills*, khususnya dalam bidang *public speaking* dan manajemen diri. Selanjutnya, dilaksanakan pelatihan berbasis partisipasi, di mana peserta menerima materi, dan dilibatkan dalam diskusi, simulasi, dan latihan praktik yang memungkinkan mereka untuk mengaplikasikan langsung keterampilan yang dipelajari. Proses ini dilanjutkan dengan evaluasi secara kolaboratif untuk menilai kemajuan peserta dan mendapatkan umpan balik yang berguna bagi pengembangan pelatihan selanjutnya. Pendekatan PAR ini memastikan bahwa masyarakat, khususnya generasi muda, menjadi agen perubahan yang aktif untuk meningkatkan kemampuan mereka, serta menciptakan rasa kepemilikan terhadap program yang dilaksanakan. Dengan demikian, diharapkan peningkatan *soft skills* ini dapat berkelanjutan dan relevan dengan kebutuhan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan ini dimulai dengan tahap identifikasi kebutuhan yang dilakukan melalui survei dan diskusi dengan warga desa, terutama generasi muda. Hasil dari tahap ini menunjukkan adanya kebutuhan besar untuk peningkatan keterampilan komunikasi dan manajemen diri di kalangan pemuda Desa Jumputrejo. Berdasarkan hasil identifikasi ini, tim pengabdian menyusun rencana pelatihan yang mencakup materi tentang *public speaking* dan manajemen diri, yang disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi. Setelah itu, kegiatan pelatihan dimulai dengan sesi pembukaan yang bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang pentingnya *soft skills* dalam kehidupan sehari-hari. Sesi pertama fokus pada pengenalan teknik-teknik dasar *public speaking*, diikuti dengan latihan berbicara di depan kelompok kecil. Peserta kemudian diajak untuk menyusun materi presentasi dan menyampaikannya di depan peserta lainnya. Dalam setiap sesi, tim pengabdian yang bertugas sebagai fasilitator memberikan umpan balik langsung untuk membantu peserta meningkatkan teknik berbicara mereka. Pada sesi berikutnya, pelatihan berfokus pada manajemen diri, di mana peserta diajarkan tentang pengaturan waktu, pengelolaan stres, dan pengendalian emosi. Metode yang digunakan mencakup diskusi kelompok, studi kasus, dan latihan praktis yang membantu peserta memahami konsep-konsep tersebut dalam kehidupan sehari-hari mereka. Peserta juga diberi kesempatan untuk merencanakan tujuan pribadi dan profesional, serta mempelajari cara menetapkan langkah-langkah konkret untuk mencapai tujuan tersebut.

Selama pelatihan, pendekatan yang digunakan adalah berbasis partisipasi, di mana peserta diajak untuk aktif berdiskusi, berbagi pengalaman, dan saling memberikan dukungan. Hal ini memungkinkan mereka untuk merasa lebih terlibat dan memiliki rasa kepemilikan terhadap proses pembelajaran. Fasilitator juga memberikan perhatian khusus kepada peserta yang membutuhkan bantuan lebih untuk mengatasi hambatan tertentu, seperti rasa takut berbicara di depan umum atau kesulitan untuk merencanakan waktu. Setelah pelatihan selesai, dilakukan evaluasi untuk mengukur dampak dari kegiatan ini. Evaluasi dilakukan melalui wawancara kepada peserta untuk mengidentifikasi sejauh mana mereka merasakan peningkatan dalam kemampuan *public speaking* dan manajemen diri (Hutomo *et al.*, 2012). Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta merasa lebih percaya diri dan lebih terorganisir dalam kegiatan sehari-hari mereka. Meskipun demikian, beberapa peserta menyatakan perlunya latihan lebih lanjut untuk meningkatkan keterampilan mereka, terutama untuk menghadapi situasi yang lebih formal. Untuk memastikan keberlanjutan program ini, tim pengabdian merencanakan tindak lanjut berupa sesi mentoring dan pelatihan lanjutan. Dengan adanya dukungan, diharapkan peserta dapat lebih maksimal untuk mengaplikasikan keterampilan yang telah mereka pelajari dan terus mengembangkan diri mereka. Keberlanjutan ini juga penting agar program pelatihan dapat memberikan dampak yang lebih luas dan berkelanjutan bagi masyarakat desa.

Secara keseluruhan, mekanisme kegiatan ini menggabungkan pendekatan yang bersifat edukatif, partisipatif, dan berorientasi pada praktik, yang memungkinkan peserta untuk belajar teori, dan langsung mengaplikasikan keterampilan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari mereka (Andayani & Darmawan, 2004). Proses ini menunjukkan pentingnya keterlibatan aktif peserta dalam setiap tahap, mulai dari perencanaan hingga evaluasi, untuk memastikan bahwa program pelatihan dapat memberikan manfaat maksimal bagi mereka.

Pelaksanaan program pemberdayaan generasi muda melalui pelatihan *public speaking* dan manajemen diri di Desa Jumputrejo Sukodono Sidoarjo menunjukkan hasil yang positif untuk meningkatkan keterampilan *soft skills* peserta. Selama pelatihan, peserta berhasil mengembangkan kemampuan berbicara di depan umum, yang sebelumnya dirasa sebagai tantangan besar oleh sebagian besar peserta. Mereka yang awalnya ragu untuk berbicara di depan umum, kini dapat berbicara dengan lebih percaya diri dalam sesi latihan dan presentasi kelompok. Peningkatan ini terlihat jelas dalam evaluasi yang dilakukan pada akhir pelatihan, di mana peserta menunjukkan kemampuan untuk mengorganisir ide dan menyampaikan pesan dengan lebih sistematis dan jelas. Selain *public speaking*, pelatihan manajemen diri juga memberikan dampak positif bagi peserta. Banyak dari mereka yang melaporkan bahwa mereka kini lebih mampu mengelola waktu dengan lebih efisien dan mengatur prioritas dalam aktivitas sehari-hari. Penggunaan teknik manajemen waktu yang diajarkan selama pelatihan, seperti pembuatan jadwal harian dan pengaturan tujuan jangka pendek dan jangka panjang, membantu peserta merasa lebih terstruktur untuk menjalani kehidupan mereka. Peserta juga lebih mampu mengendalikan emosi, terutama untuk menghadapi tekanan atau situasi yang tidak diprediksi, berkat materi mengenai manajemen stres dan kecerdasan emosional.

Namun demikian, meskipun ada peningkatan, beberapa peserta masih merasa kurang percaya diri ketika berbicara di depan audiens yang lebih besar, terutama dalam situasi yang lebih formal. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun pelatihan berhasil memberikan dasar yang kuat, diperlukan latihan dan dukungan lanjutan agar keterampilan ini dapat diterapkan dalam berbagai situasi kehidupan nyata. Selain itu, beberapa peserta mengalami kesulitan untuk mempraktikkan manajemen diri, terutama dalam hal konsistensi untuk menjalani rutinitas yang telah direncanakan. Masalah ini menunjukkan bahwa proses perubahan kebiasaan memerlukan waktu dan pendekatan. Program pelatihan ini telah berhasil memberdayakan generasi muda di Desa Jumputrejo, dengan meningkatkan keterampilan komunikasi dan manajemen diri mereka. Hal ini diharapkan dapat membuka lebih banyak peluang bagi peserta dalam kehidupan sosial, pendidikan, maupun profesional. Keberhasilan ini juga menunjukkan pentingnya pemberdayaan masyarakat berbasis keterampilan, terutama dalam hal *soft skills*, yang dapat mempersiapkan generasi muda untuk menghadapi tantangan masa depan.

## **PENUTUP**

Kesimpulan dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah bahwa pelatihan *public speaking* dan manajemen diri telah berhasil meningkatkan *soft skills* generasi muda di

Desa Jumputrejo Sukodono Sidoarjo. Peserta menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam hal keterampilan berbicara di depan umum dan kemampuan untuk mengelola waktu serta emosi. Meskipun ada tantangan dalam penerapan keterampilan ini secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari, keberhasilan program ini menunjukkan bahwa pemberdayaan generasi muda melalui pengembangan *soft skills* dapat membuka peluang bagi mereka untuk berkembang dalam berbagai aspek kehidupan. Melalui pendekatan partisipatif, peserta juga merasa lebih terlibat dan memiliki rasa kepemilikan terhadap proses pembelajaran yang mereka jalani.

Saran untuk tindak lanjut program ini adalah perlunya penyelenggaraan pelatihan lanjutan dan mentoring bagi peserta untuk memastikan keterampilan yang telah dipelajari dapat terus berkembang. Selain itu, dukungan yang berkelanjutan dari pihak terkait, baik pemerintah desa maupun lembaga lainnya, juga sangat penting agar generasi muda di Desa Jumputrejo dapat terus mengasah *soft skills* mereka. Program ini juga dapat diperluas dengan menambahkan topik pelatihan lain yang relevan, seperti kepemimpinan atau keterampilan digital, agar peserta dapat lebih siap menghadapi tantangan masa depan. Dengan adanya keberlanjutan dan pendampingan yang tepat, diharapkan keterampilan yang diperoleh dapat membawa dampak positif jangka panjang bagi masyarakat desa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akmal, D. Kurniawan, D. Darmawan, & A. Wardani. 2015. Manajemen Pendidikan. IntiPresindo Pustaka, Bandung.
- Andayani, D. & D. Darmawan. 2004. Pembelajaran dan Pengajaran. IntiPresindo Pustaka, Bandung.
- Apryanto, F. 2022. Peran Generasi Muda terhadap Perkembangan Teknologi Digital di Era Society 5.0. *Media Husada Journal of Community*, 2(2), 130-134.
- Chumaeson, W. 2020. Pelatihan Publik Speaking pada Generasi Muda Desa Kiringan Boyolali. *Jurnal Ekonomi, Sosial, & Humaniora*, 1(8), 137-143.
- Hamdani, F., A. Fauzia, L. A. Efendi, S. F. Liani, M. Togatorop, R. W. Ramadhani, & Yunita. 2022. Pentingnya Pengembangan *Soft skills* Generasi Milenial dalam Menghadapi Tantangan Pasca Pandemi Covid-19. *Indonesia Berdaya*, 3(3), 485-494.
- Hutomo, S., D. Akhmal, D. Darmawan, & Yuliana. 2012. Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan. Addar Press, Jakarta.
- Lorig, K. R. & H. R. Holman. 2003. Self-management Education: History, Definition, Outcomes, and Mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 26(1), 1-7.
- Mardikaningsih, R. 2022. Reinforcement of Students' Entrepreneurial Intentions through *Soft skills* and *Hard Skills* Empowerment. *Bulletin of Science, Technology and Society*, 1(3), 6-14.
- Miswari, M. 2017. Mengelola Self Efficacy, Perasaan, dan Emosi dalam Pembelajaran Melalui Manajemen Diri. *Cendekia*, 15(1), 67-82.